BEZPŁATNY DODATEK.

RODZINA

PISMO POŚWIĘCONE WYCHOWANIU I NAUCE DOMOWEJ.

Numer 13. Niedziela, dnia 21-go czerwca Rok 1914

PRZEZ BOLEŚĆ I MIŁOŚĆ.

OBRAZEK Z ŻYCIA NAPISAŁ JÓZEF ROGOSZ

(Ciąg dalszy.)

Wiesz sama najlepiej, że Władyś, mimo wrodzonej serca dobroci, nie miał nigdy szczęścia do profesorów, musiał więc gimnazyum opuścić, teraz zaś oddaliśmy go do szkoły rolniczej. Widoki, przywiązane do studyów uniwersyteckich zupełnie tedy upadły; pozostała mu tylko karyera gospodarza wiejskiego, najsmutniejsza z wszystkich, gdy się niema majątku. Lecz czy mogę się z tą myślą pogodzić, by syn mój był kiedyś rządcą, ekonomem, sługą u jakiego żyda lub spanoszonego dorobkiewicza, któryby w nim nie umiał szlachetnej krwi uszanować? Zaprawdę, połóżcie mnie wpierw na mary, niżbym miała takiego nieszczęścia doczekać! Bojąc się takiej ostateczności, wytężam wszystkie siły, aby jej zapobiedz, nastąpi to zaś dopiero wtedy, gdy mi się powiedzie kupić dla syna kawałek ziemi. Zbieram więc, oszczędzam, od ust sobie odejmuję, i jeżeli Bóg użyczy mi jeszcze czas jakiś sił i zdrowia, mam nadzieję, że mi to się powiedzie. Powiedz teraz, Kazimiero, a pytam cię nie jako córkę, lecz jakby obcą osobę, nie pochwalasz mego postępowania?

— Ach, mamo, poświęcenie twoje uwielbiam.

— Skoro tak, więc przyznasz, że nie byłoby rzecza słuszną, gdybym tylko ja sama pracowała około podniesienia rodziny Walęckich. Według mego przekonania, każdy z naszej rodziny powinien swoją cegiełką przyczynić się do wzniesienia gmachu, który stawiam. Ojciec robi, co może, ja także, Władyś się uczy, teraz kolej na ciebie.

— Uczynię wszystko, co będzie w mej mocy — odrzekłam — ale, niestety, nie wiem, co mam robić.

— Przy dobrych chęciach można wiele zrobić — mama sucho odparła. — Kto nie umie sam zapracować i podnieść rodzinnego bogactwa, ten przynajmniej powinien starań dołożyć, żeby sam nie był ciężarem. A i to będzie już zasługą...

W tem miejscu mama urwała i znów czułam, że jej wzrok na mnie spoczął. Zebrałam odwagę i głowę podniosłam. Jej spojrzenie było spokojne, ale zimne a przeszywające jak stal; na twarzy nie malowało się żadne uczucie, zdawało się, że była ona z marmuru wykuta, bo ani jeden nerw w niej nie drgnął — tylko oczy ją ożywiały.

Nie odgadnąwszy myśli, zawartej w ostatnich słowach mamy, milczałam. Po chwili sucho zapytała:

— Mówiła ci co mateczka przy pożegnaniu?

— Dawała mi piękne nauki.

— Nic więcej?

Zaczęłam sobie przypominać.

— Pomyśl, może jeszcze co mówiła... może cię badała...

— Prawda... pytała mnie także...

Nie dokończyłam, gdyż bez najmniejszego powodu ogarnął mnie wielki lęk, jakbym stanęła nad krawędzią przepaści.

— I cóż cię więcej pytała?

— Czy nie miałabym chęci zostać w klasztorze — odrzekłam, ale tak cicho, żem ledwie sama siebie słyszała.

— I cóż ty na to?

— Odpowiedziałam mateczce, że do życia klasztornego nie mam powołania.

Mama zaczęła nerwowo kręcić parasolką.

— Moja kochana, nie zawsze to możemy czynić, co nam się podoba, i nie każdy człowiek oddaje się tylko temu zawodowi, do którego ma powołanie. Na świecie trzeba się umieć do wszystkiego zastosować, i kto jak kto, ale kobieta nie powinna nigdy zapominać, że świat żąda od niej uległości i poświęcenia. Bóg tak nas już stworzył, że musimy cierpieć, i tak nas w społeczeństwie postawił, że dobrowolnie czy z musu musimy się poświęcać. A o ileż to piękniej czynić dobrze z własnej woli!... Zresztą zważ, że w szasach dawniejszych, gdy pokora była szczerszą a miłość i wiara głębsze, niż za dni naszych, że wtedy dziewice wielkich rodzin, aby majątku nie rozdrabniać i w szlachetnym zamiarze dopomożenia braciom, by ci mogli zająć wybitne w świecie stanowisko, z największą radością same przyoblekały welon zakonny. Wtedy było to regułą... Ja, moja Kazimiero, nie namawiam cię do niczego, przymusu najmniejszego nie będę na tobie wywierała, mam jednak nadzieję, że nim stanowczo powiesz: nie! wpierw nad memi słowami dobrze się zastanowisz. Bo szczerze muszę ci wyznać, że ponieważ nie mam najmniejszej nadziei, byś odpowiednio twemu urodzeniu mogła wyjść zamąż, a w domu nie potrafisz być użyteczną, przeto tylko dwie drogi widzę przed tobą: albo wstąpisz do klasztoru, gdzie znajdziesz życie może nie bardzo wesołe, za to spokojne i w każdym razie szczęśliwsze, niż gdybyś na

świecie nędzę cierpiała; bądź też jeszcze kilka lat strawisz na naukach i pójdziesz w świat jako nauczycielka. W pobliżu Sławomyśla zostać byś nie mogła, bo nas tu znają, ale o dwieście mil stąd, kto będzie pytał, z jakich Walęckich pochodzisz!

Tu mama przerwała i, kręcąc dalej parasolką, czekała azali co odpowiem. Gdym długo ust nie otwierała, obróciła się i zawołała:

— Co ci jest?... Pobladłaś... trzęsiesz się... co ci jest?

— Zimno mi... bardzo mi zimno...

— Ach, prawda, usiadłyśmy na kamieniu a wieczory już chłodne — odrzekła powstając. — Chodźmy... ojciec będzie się dziwił, gdzieśmy się podziały. Pomyśl więc o tem spokojnie, coś odemnie usłyszała, i za dni kilka daj mi stanowczą odpowiedź. W każdym jednak razie musisz się zdecydować na jedno lub drugie. Spodziewam się również, że jako córka posłuszna, nie będziesz z ojcem konspirowała przeciw rodzonej matce...

Mama szła szybko, ja obok niej, a trzęsłam się jak liść osiczyny.

XVII.

Ciężką przebyłam chorobę. Onego wieczora przeziębiłam się i w nocy dostałam gorączki, do trzech dni rozwinęło się zapalenie mózgu.

Kilka tygodni byłam między życiem i śmiercią. Ale czego młodość nie dokaże! — Zwalczyła ona chorobę, dźwignęła mnie z łóżka i postawiła na nogi. Nikt się tego nie spodziewał, najmniej może sam lekarz.

Gdym pierwszy raz przy oknie stanęła, świat już wyglądał inaczej. Na polach zieleniły się oziminy; winograd, oplatający ganeczek przed oficyną, poczerwieniał jak krew; powietrze blask straciło; liście na topolach pożółkły i za lada wiatru powiewem sypały się na ziemię jak łzy sieroce, których nikt nie liczy, nikt nie zbiera. Słońce na niebie świeciło jeszcze jasno, ale jego promienie były już chłodne, jak uśmiech konającego. Cicho było w naturze, smutno.

A i duszę moją napełnił smutek głęboki.

Jak sen bolesny przypomniałam sobie przechadzkę z mamą po alei topolowej i ostatnią z nią rozmowę. Więc całkiem jestem nieużyteczna, w domu zupełnie niepotrzebna? Ha, skoro tak, więc na jedno trzeba się koniecznie zdecydować, bo przecie nie będę żyła życiem pasożyta.

Gdym na wolne powietrze zaczęła wychodzić, poprosiłam mamy, żeby mi pozwoliła pójść z Warzbińską do proboszcza. Chciałam mu osobiście podziękować za jego troskliwe o mnie starania. Zacny ten kapłan podczas mojej choroby przychodził do nas codzień, a wiedząc, że rodzicom trudno mieć na zawołanie lekarza, przywoził go często własnemi końmi i na swój koszt; rodziców pocieszał, na intencyę mego wyzdrowienia podwakroć Mszę świętą odprawił i zawsze wieś całą na nie zapraszał; pielęgnował troskliwie a gdym znów zaczęła chwiejne kroki stawiać, wraz z tatusiem uczył mnie chodzić po pokoju.

Do niego tedy wybrałam się z Warzbińską.

Już zdaleka ujrzałam, w oknie na probostwie, jego białą głowę. Czyścił klatkę szpaka, który siedział mu na ramieniu; musiał z nim rozmawiać, bo szpaczek bił skrzydłami i wrzeszczał, aż na dworze było słychać. Równocześnie we wszystkich klatkach, a było ich u proboszcza najmniej dwadzieścia, z kanarkami, szczygłami, kosami i innem ptactwem odbywał się koncert na głosy rozmaite, nieharmonijny i wielce krzykliwy, któryby niejednego byłby do rozpaczy doprowadził, ale ksiądz Jan lubił swoich muzykantów i nigdy się na nich nie gniewał. Sam im jeść dawał, sam im klatki czyścił i tylko gdy miał gości, zwracał się niekiedy do nich z ojcowskiem upomnieniem:

— Cicho, dzieci, cicho! Zważcie, że przez was nie mogę rozmawiać z mymi dobrodziejami!

Ale ptaki nie musiały mieć ambicyi, bo często gęsto jeszcze głośniej zaczynały krzyczeć. Wtedy proboszcz rad nie rad musiał gości albo na ganek wyprowadzić, jeśli to było lato, w zimie zaś prosił ich do kancelaryi parafialnej, ciepłej i zacisznej.

Ujrzawszy mnie przez okno, postawił klatkę, szpaczkowi pokazał palcem drzwiczki, jakby go do środka zapraszał; ptak zleciał mu z ramienia, on zaś z tabakierką w ręką wyszedł na moje spotkanie.

— Witaj mi, drogie dziecię, witaj! — zawołał we drzwiach stając, a uderzywszy palcem w tabakierkę, dodał: — Za twoje zdrowie, Kaziu! Skoroś się tej biedzie nie dała, więc nie wątpię, że teraz będziesz sto lat żyła. Ale zażyj tabaczki; jeśli nie pomoże, pewnie nie zaszkodzi.

Wzięłam szczyptę, zażyłam, poczem raz po raz zaczęłam kichać.

— Pomyślności! Na zdrowie! Sto lat! To mi panna zuch!... Bywają mężczyźni, którzy się tabaki boją, a ona zażyła jak stary kapucyn. To ja lubię! Chodź, dziecię, niech cię za to ucałuję. — Wziął mnie za głowę, pocałował i tak dalej mówił: — Proszę cię tu, do kancelaryi, bo w pokoju bawialnym moja dziatwa gotowa ci słabe nerwy rozstroić. A Warzbińska może z nami także pójdzie?

— Dziękuję jegomości, ślicznie dziękuję! — staruszka odpowiedziała. — Ja zostanę tu, na ganku. Słońce jeszcze, dzięki Bogu, świeci, niech się więc ciepło po starych kościach rozejdzie.

— Jeśli tak, to choć tabaczki.

Starowina sięgnęła palcami do tabakierki.

— Ja tam do niej nie przyzwyczajona, ale trudno jegomości odmówić.

Tu Warzbińska kichnęła.

— Na zdrowie! — proboszcz wesoło zawołał i wszedł za mną do kancelaryi.

Zaraz na wstępie zaczęłam mu dziękować za jego opiekę troskliwą; prawie obraził się na mnie.

— Ależ niema o czem mówić — protestował. — „Hodie mihi, cras tibi”. Przecie Chrystus Pan kazał nam chorych odwiedzać, ktokolwiek więc to czyni, nie poświęca się, lecz tylko spełnia swój obowiązek. Chwała Bogu, moja dzieweczko, żeś przynajmniej zdrowa. Teraz trzeba poszukać jakiego pięknego kawalera, bo panny rosną gorzej niż lichwa. Za rok, dwa, zabiorą cię jak swoję i nawet za nami płakać nie będziesz.

— Ja, proszę księdza proboszcza, o tem nie myślę — odrzekłam, oczy spuszczając.

— Nie myślisz? A czemuś się zarumieniła jak wiśnia?... Cha, cha, cha! Nie myśli, a raczki piecze! Niech kto inny wierzy, nie ja! Wiesz co, dziecię, zażyjmy tabaczki za pomyślność przyszłego... choćby mu to nie pomogło, ręczę, że także nie zaszkodzi.

Musiałam się jednak wymówić, bojąc się gwałtownego wstrząśnienia.

— Masz racyą... Po chorobie mózgowej, ciągłe kichanie mogłoby być w rzeczy samej niebezpieczne. Skoro tak, więc ja sam zażyję za jego zdrowie. Ale

jak on się właściwie nazywa, nie wiesz, Kaziu? Zresztą mniejsza, jak, byle był i żeby zjawił się w swoim czasie. A więc za zdrowie narzeczonego mojej Kazi!

(Ciąg dalszy nastąpi.)

DUDEK I PSZCZÓŁKA.

BAJKA.

Raz na starej, wielkiej lipie, — jakoś się tak stało, —
Że w poważną wszedł rozmowę dudek z pszczółką małą.
Poruszyli politykę, ekonomii dzieje,
I teatry, i muzykę ,i jak rolnik sieje...
Jak żołnierze teraz walczą, i co myślą w dumie,
Co to dawniej świat potrafił, a co dzisiaj umie...
Jak to wszędzie zwykle bywa, w jednej chwili prawie,
Tłum publiki skądś przybywa i słucha ciekawie...
A nasz dudek z butną miną, z czubem napuszonym,
Dalej sławić swe zasługi głosem podniesionym:
Gdzie on bywał, a co widział, ile to on umie!
Jakim to on jest olbrzymem w szarym pszczółek tłumie!
Ile zdziałał już dla świata, ile jeszcze zdziała!
A wtem pszczółka, która dotąd spokojnie słuchała,
Rzekła cicho: „Panie dudku! pozwól wyrzec słowo,
Bo i ja, choć tak maleńka, umiem ruszyć głową,
A w niej mam rozumu trochę i rozsądku na dnie,
Pozwól, niechaj twe zasługi wyświecę dokładnie.
Bo coś mi się wszystko zdaje, że za wiele gadasz
I że tyle znów nie znaczysz,jako nam powiadasz...
Spróbuj, dudku, piękne słowa pięknym stwierdzić czynem,
A zobaczym, czyś jest godnym swego rodu synem."
Dudek złości się i skacze, słowa rzec nie może, —
A wtem pszczółka znów doń rzecze: „Ha! widzisz nieboże,
Że to próżna była chwalba, próżna twoja mowa, —
Nasze czyny o nas świadczą, a nie puste słowa."

Józko Sokół.

BŁĘDY W WYCHOWANIU DZIECI.

NAPISAŁA JADWIGA MILEWSKA.

Rodzina — to pierwsze ogniwo w łańcuchu społecznym i narodowym; to fundament w budowie pomyślności kraju, — bo tylko w dobrych rodzinach mogą się wychowywać wzorowi obywatele.

Niestety! my na ogół za mało zdajemy sobie sprawę z doniosłości starannego wychowania dzieci i dlatego dotąd napróżno wyglądamy lepszych dni. Małżeństwa u nas mogą być zawierane bardzo wcześnie, tak, że często 17-letnia kobieta, która właściwie sama potrzebuje jeszcze wskazówek do życia, zostaje matką i ma chować dzieci. Nic dziwnego, że taka młoda matka nie ma pojęcia o obowiązkach, jakie na nią spadają. Ogólnem jest przekonaniem, że, skoro dziewczyna pójdzie za mąż, to już Pan Bóg da jej umiejętność chowania dzieci, któremi ją obdarzy. Jakkolwiek, — jak we wszystkiem, tak i w wychowaniu dzieci pomoc i łaska Boża są konieczne, jednak trzeba się starać, aby się do tych, tak ważnych, obowiązków stosownie przygotować.

Nie są to rzeczy łatwe, ale, kto poważnie myśli o przyszłości i pragnie obowiązki swe spełnić sumiennie, ten postara się czy to czytaniem odpowiednich książek, czy słuchaniem pouczających pogadanek, nabyć potrzebnych przyszłej wychowawczyni wiadomości.

Żyjemy w czasach, kiedy stopniowo wszyscy zaczynają rozumieć potrzebę nauki i dążą do doskonalenia się w swojem zajęciu: najwyższy czas, aby i do tak ważnej pracy, jak wychowywanie przyszłych pokoleń, przystępować ze zrozumieniem i umiejętnością.

Wiadomo każdemu gospodarzowi, że młode konie lub woły trzeba dać do tak zwanego „obuczania" w umiejętne ręce, gdyż od pierwszego poprowadzenia zależy, czy zwierzę podda się chętnie, czy nabierze narowów.

Dobierają więc człowieka rozsądnego, cierpliwego i łagodnego, który tylko wtedy użyje bata, kiedy innym sposobem poradzić sobie nie będzie umiał. Głupi i złośnik przeciwnie — zacznie naukę od bicia, nauczy zwierzę wierzgania, szarpania, i często potem trudno, albo niepodobna, zwierzę od tego odzwyczaić.

Ta sama zasada stosuje się do ludzi. Dziecko w młodym wieku poprowadzone głupio, nieumiejętnie, przyczyni rodzicom dużo kłopotu, a często zaniedbane wychowanie odzywać się będzie w całem jego życiu.

W pogadance tej chcę właśnie zwrócić uwagę młodym lub przyszłym rodzicom na niektóre, na pozór nic nieznaczące, błędy w wychowaniu, które w rzeczywistości dużą szkodę przynoszą; prócz tego chcę dołączyć trochę wskazówek, jak można bez nadzwyczajnego zachodu i ciągłego karania przyzwyczaić dziecko do przyzwoitej zabawy, posłuszeństwa i uszanowania starszych, wzbudzić w niem zamiłowanie pracy, prawdy i dobra.

Spojrzmy, jak u nas zaczyna się wychowanie dziecka. Dopóki jest maleńkie, matka myśli głównie żeby miało zaspokojone pierwsze potrzeby, żeby nie było głodne, brudne i chore; w miarę jak dziecko zaczyna rozglądać się w swem otoczeniu, miłość macierzyńska się wzmaga, dziecko bawią, uczą figielków, pieszczą i na wszystko mu pozwalają. Wolno dziecku bić lub szczypać matkę po twarzy, szarpać za włosy lub wąsy ojca, bić batem lub kijem rodzeństwo, psa, kota — i to wszystko mu uchodzi bezkarnie do 3—4 lat. W tym czasie dziecko, jeżeli jest zdrowe, potrzebuje ciągłego zajęcia; zostawione bez dozoru, często robi szkodę, albo ulega samo wypadkowi stłuczenia, skaleczenia. To też od tej pory zaczyna troskliwa matka strofować biedne dziecko: „Nie rusz tego! Połóż to! Nie chodź tam! Siedź tu cicho!" Jednem słowem, zamiast pokierować zabawą dziecka, doradzić mu, czem ma się zabawić, matka każe mu przy sobie siedzieć bezczynnie. Dla dzieci słabowitych, wątłych, mało umysłowo rozwiniętych, bezczynność taka nie jest zbyt przykrą; o ile jeszcze dostaną kawał chleba do ręki, z czasem przyzwyczajają się do siedzenia w jednem miejscu i nawet wpadają w taką ociężałość, że cała zima przechodzi im na spaniu, grzaniu się przy piecu i pojadaniu.

Inaczej jest z dziećmi żywemi, zdrowemi, obdarzonemi od natury bystrością, przedsiębiorczością. Nie mogą się one poddać nakazowi rodziców, nie dają się unieruchomić, stąd też odbierają ciągłe nagany i kary.

Każde wybiegnięcie na dwór, na ślizgawkę lub dla przechadzki z towarzyszami, powoduje gniew matki, nie mówiąc już o zabawie w domu, która jest przez ogół matek źle widziana. Ojcowie prędzej pozwalają ulubieńcom swoim skakać, sprzęgać stołki za konią trzaskać z bata i t. p.

Wobec ciasnoty mieszkań, rzeczywiście bawiące się dzieci nieraz przeszkadzają matce w utrzymaniu porządku, a rozkładając się na środku izby ze swemi zabawkami, zawadzają starszym. Ale kochająca i rozumna matka, zamiast ciągłego strofowania dziecka, przeznaczy jakiś kącik w mieszkaniu dla zabawy dzieciom. Niech one tam mają swoje stołki, pudło jakie

do pomieszczenia swoich zabawek, a z pewnością będą rade z tego i w porządku swoje rzeczy utrzymywać będą.

Dziecko potrzebuje zabawek, to rzecz dowiedziona. Człowiek dorosły musi się czemś zajmować: pracuje przy rzemiośle lub gospodarstwie, myśli, czyta, pisze, bawi się i t. p. Dziecko, jako mały człowiek, ma te same potrzeby. Nie mogąc pracować naprawdę, w zabawie naśladuje starszych ludzi, zwierzęta, maszyny, jednem słowem — wszystko to, co je otacza.

Niemowlę, czołgając się po ziemi, udaje szczekanie psa, bodzie główką jak baran, próbuje piać jak kogut i t. d.

Starsze dzieci w zabawie naśladują zajęcia rodziców. Stołek oplątany sznurkiem staje się dla chłopca koniem, ktróego biczem podcinać będzie, siadająe na niego wierzchem; tenże sam stołek odwrócony do góry nogami, będzie mu służył za wózek do wożenia młodszego rodzeństwa. Kasztany albo szyszki, a nawet guziki i kamienie w zabawie dzieci uważają za konie, woły, — stosownie do potrzeby. Dziewczynki z piasku, liści, nasion chwastów przygotowują jedzenie; pieką chleb i babki z piastu lub błota; nie mając prawdziwej lalki, z gałganków uwijają sobie najukochańsze córeczki, strojąc je w braku sukien w liście lub papier kolorowy... Z takiemi lalkami schodzą się dziewczęta na zabawy, śpiewając im do tańca, takim wyprawiają wesela lub pogrzeby... Niewielkim kosztem, ale dobrą wolą, rodzice mogą przysporzyć dzieciom dużo przyjemności, dopomagając im w zabawie. Nie chodzi tu o zabawki kupne, na które często niema pieniędzy, ale o takie zwyczajne, które bez żadnego kosztu dziecko mieć może i powinno.

Pudełka od zapałek, z których można zlepiać komódki, — szpulki od nici, kasztany, szyszki, ziarnka fasoli i bobu — są to rzeczy nie kosztujące nic, a dzieciom dają dużo materyału do zabawy w domu. Na dworze w zimie ślizgawka, lepienie bałwanów śnieżnych, w lecie gry wspólne, zabawa w piasku, robienie naparstkiem lub garnuszkiem babek, wyklepywanie pieca do chleba i wyrabianie z ziemi bochenków, nie powinno być dzieciom wzbronione. Że przy takiej zabawie dziecko się powala, to pewne, — ale równie łatwo mogłoby się pobrudzić, biegając z nudów po błocie, lub rzucając błotem, jak to się często spotyka, w rówieśników i przejeżdzających.

Ojciec, czy starszy brat, w zimie mógłby wystrugać dzieciom wózek, kołyskę, stolniczkę, wałek, — a uciecha, jaką zabawka sprawi dziecku, będzie sowitą nagrodą za robotę. Starszym braciom można kupić tanie narzędzia: chłopcom — świderek, nożyk, młotek, trochę gwoździ. Niech sami robią stołki, drabinki, wózki, szabelki, to im zajmie czas, a równocześnie nauczy zręczności. Chociaż się czasem chłopak przy tej pracy skaleczy kozikiem, nie zniechęci go to do roboty, uczyni go tylko ostrożniejszym.

Dziewczynkom, prócz taniej laleczki, można kupić igły, naparstek, nici i nożyczki: niech zawczasu uczą się wycinać najpierw z papieru, a potem ze starych, a czystych, gałganków krajać, szyć i przygotowywać odzież i pościel dla lalki; przy tej zabawie dziewuszka nabiera wprawy w ręku, co potem ułatwi jej robotę prawdziwą.

(Ciąg dalszy nastąpi).

Dla domu i gospodarstwa.

— **Wartość odżywcza chleba.** *Od* dłuższego czasu w kilku państwach toczy się zacięta walka o chleb. Chodzi mianowicie o to, jaki chleb jest pożywniejszy: biały czy czarny? Walka wypada na korzyść tego drugiego; chleb biały z mąki doskonale zmielonej, został stanowczo potępiony. Walka rozpoczęła się w Anglii, stamtąd przeniosła się do Stanów Zjednoczonych, gdzie sprawą tą zajęło się ministerstwo rolnictwa, a następnie do Francyi, gdzie przed kilku miesiącami dzienniki żywo poruszyły kwestyę chleba białego, a to z powodu książki dr. Montenus, p. t. „Niebezpieczeństwo chleba białego i środki zaradcze“. Książka ta wywołała wielkie oburzenie piekarzy francuskich, którzy, stosując się do smaku publiczności, nie wypiekają innego chleba, prócz białego. W Paryżu chleb ciemny, żytni czy razowy, można znaleźć jedynie w dzielnicach, zamieszkałych przez cudzoziemców, najczęściej w formie małych bochenków, pod nazwą chleba rosyjskiego. Ostatnim ciosem, zadanym chlebowi białemu, były liczne doświadczenia dyrektora laboratoryum chemicznego dla środków spożywczych w Kopenhadze, Bindhed'ego który ogłosił zupełne bankructwo chleba białego, a to głównie z powodu ubóstwa soli mineralnych. Doświadczenia jego wykazały, że zwierzęta, żywione wyłącznie chlebem białym, umierały z wycieńczenia, natomiast żyły zupełnie zdrowe, o ile je karmiono chlebem czarnym. Zwłaszcza dla ludzi biedniejszych, którzy w chlebie mają główną poniekąd część swego pożywienia, żywienie się chlebem białym ,jak to jest właśnie we Francyi, stanowi poważne, zdaniem dr. Montenus, niebezpieczeństwo.

— **Nie pić surowego mleka od krów, chorych na gruźlicę.** W jednym ze szpitali dziecinnych zdarzył się następujący wypadek. Czteromiesięczny chłopiec chory był na gruźliczne zakażenie gruczołów kreskowych i wkrótce umarł. Przy sekcyi pośmiertnej, badane pod mikroskopem, po części już zamienione na serowatą masę gruczoły wykazały obecność charakterystycznych drobnoustrojów, zwanych laseсznikami.

Dziadkowie i rodzice zmarłego chłopca byli zupełnie zdrowi i wolni od gruźlicy. Dopiero naczelnemu lekarzowi, po dokładniejszem zbadaniu sprawy, udało się wyśledzić, iż chłopiec ów, sierota bez matki, żywiony był przez ojca świeżem krowiem mlekiem.

Po śmierci dziecka kazano zabić krowę, która mu mleka dostarczała. Sekcya wykazała w lewem płucu krowy liczne wrzody, gruzły, w których znajdowały się laseczniki. Mleko, wyciśnięte z wymienia, zawierało również chorobotwórcze laseczniki.

Fakt ten dostatecznie przekonywa, że tak bardzo zalecane picie świeżego mleka wprost od krowy grozi niebezpieczeństwem zaszczepienia tej zabójczej choroby i śmiało można przypuścić, iż nie mało już było zapoznawanych wypadków, w których mniemane lekarstwo przyczyniło się do szybszego rozwoju choroby, którą miało uleczyć. Nie należy zatem pijać surowego świeżego mleka, ale tylko przegotowane, ponieważ wysoka temperatura zabija laseczniki.

— **Potrawka z królika.** Oczyszczonego królika wymoczyć i rozciąć na cztery części, posolić i naszpikować młodą słoniną, poczem włożyć korzeni i przypraw i dusić go, podlawszy rosołem, a gdy będzie miękki — zrobić sos z łyżki masła z mąką, które rozprowadzić smakiem od królika, włożyć łyżkę kaparów, zacisnąć sokiem z cytryny. Można też zaprawić sos ten krwią od prosięcia lub kaczki, jeżeli jest pod ręką.